Комитет по образованию Администрации Старорусского муниципального округа Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества»

ПРИНЯТО
На педагогическом совете
МАУДО «Центр детского творчества»
Протокол №1 от 21.08.2026

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
МАУДО «Центр детского творчества»
№ 17 ВД от 21.08.2026

Дополнительная общеразвивающая программа по ритмике для дошкольников

«Танцую, играя»

(хореографическая студия «Звездочки»)
Второй год обучения

Уровень: базовый
Возраст обучающихся: 5 - 6 лет
Срок реализации: 1 год
Общее количество часов: 72 часа
(2 раза в неделю по 1 академическому часу)
Руководитель:
Джураева Т.А.

г. Старая Русса
2026 год

Михайлова Галина Петровна
Подписано цифровой подписью: Михайлова Галина Петровна
Дата: 2026.10.15 14:24:56 +03'00'

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Ритмика» имеет **художественную направленность** и является **второй ступенью** в системе хореографического образования детей. Она направлена на **дальнейшее всестороннее развитие ребёнка 5–6 лет** через музыку и движение, **совершенствование** первоначальных навыков музыкально-ритмической деятельности, **углубление** знаний и умений, полученных на первом году обучения, развитие физических качеств, координации, внимания, памяти и творческих способностей.

В возрасте **5–6 лет** у детей продолжается активное формирование опорно-двигательного аппарата, совершенствуется крупная и мелкая моторика, координация движений становится более точной и осознанной. Внимание детей становится более устойчивым (дети способны удерживать внимание 10–15 минут), развивается произвольная память, наглядно-образное мышление дополняется элементами логического. Дети очень эмоциональны, любознательны, стремятся к самостоятельности, нуждаются в положительной оценке и признании. Ведущая деятельность — игровая, но появляется интерес к учебной деятельности. Это определяет необходимость построения занятий в **игровой форме** с использованием образных сравнений, сюжетных ситуаций, но с постепенным **усложнением** заданий и повышением требований к качеству выполнения движений.

Программа учитывает возрастные особенности детей 5–6 лет и строится на следующих принципах:

- **Доступность** — простота и наглядность материала с постепенным усложнением.
- **Игровая форма** — ведущий метод обучения с переходом к учебным заданиям.
- **Частая смена деятельности** — для удержания внимания и профилактики утомления.
- **Многократное повторение** — для закрепления и автоматизации навыков.
- **Положительная оценка** — для создания ситуации успеха и повышения самооценки.
- **Преемственность** — опора на знания и умения, полученные на первом году обучения.

В основу данной программы положены следующие нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Минпросвещения России от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Приказ Минпросвещения России от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"».

6. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

7. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества».

8. Локальные нормативные акты МАУДО «Центр детского творчества».

9. Письмо Минпросвещения России от 10 декабря 2019 года № Д-245/06 «О методических рекомендациях по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)».

10. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденный приказом Минтруда России от 22 сентября 2021 года № 652н.

С учетом Письма Минобрнауки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

Актуальность программы обусловлена необходимостью продолжения раннего художественно-эстетического и физического развития детей. В возрасте 5–6 лет закрепляются основы музыкальности, координации, чувства ритма, формируется устойчивый интерес к движению под музыку. Программа позволяет в доступной игровой форме **углубить** знания и умения, полученные на первом году обучения, развить природные задатки и подготовить детей к дальнейшему обучению в хореографической студии по программе «Основы хореографического искусства».

Педагогическая целесообразность заключается в том, что программа:

- **Развивает** музыкальный слух, чувство ритма, память, внимание, координацию движений на более высоком уровне.
- **Совершенствует** правильную осанку, укрепляет мышцы стопы, спины, пресса через партерную гимнастику.
- **Воспитывает** интерес к музыке и движению, эмоциональную отзывчивость, умение работать в коллективе, самостоятельность.
- **Готовит** детей к дальнейшему обучению по программе «Основы хореографического искусства» (1-й год обучения).

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ КОНЦЕПЦИИ, ИДЕИ, НА ОСНОВЕ КОТОРЫХ РАЗРАБОТАНА ПРОГРАММА

Программа «Ритмика» (второй год обучения) опирается на фундаментальные педагогические концепции, адаптированные к возрастным особенностям детей 5–6 лет.

1. Концепция личностно-ориентированного обучения (К. Роджерс, И.С. Якиманская).

В центре образовательного процесса — личность ребёнка с его индивидуальными особенностями, темпом развития и интересами. Программа предусматривает:

- Создание ситуации успеха для каждого ребёнка.
- Положительную оценку любых усилий и достижений.
- Индивидуальный подход к детям с разным уровнем подготовки.
- Учёт эмоционального состояния ребёнка.
- Постепенное повышение требований с учётом возможностей каждого ребёнка.

2. Деятельностный подход (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев).

Развитие ребёнка происходит в активной деятельности. На занятиях ритмикой дети осваивают мир через движение, игру, музыкально-ритмические упражнения. Ведущая деятельность возраста — игровая, поэтому все задания предлагаются в игровой форме, но с постепенным переходом к учебным задачам.

3. Концепция развивающего обучения (В.В. Давыдов, Д.Б. Эльконин).

Обучение направлено на развитие способностей ребёнка, а не на простое накопление знаний. Каждое занятие включает задания, стимулирующие восприятие, внимание, память, мышление, воображение, а также задания на **самостоятельное выполнение** и **творческую импровизацию**.

4. Игровая технология (Д.Б. Эльконин, С.Л. Новосёлова).

Игра — ведущий метод обучения детей 5–6 лет. На занятиях используются:

- Сюжетные игры («Мы — зайчики», «Птички летают»).
- Музыкально-дидактические игры («Громко — тихо», «Быстро — медленно»).
- Подвижные игры с музыкальным сопровождением.
- Игры-имитации («Покажи, как ходит мишка»).
- Игры-драматизации (обыгрывание сюжетов, сказок).

5. Здоровьесберегающая концепция.

Программа включает обязательную партерную гимнастику, упражнения на формирование правильной осанки, укрепление мышц стопы и спины, дыхательные упражнения. Учитываются санитарные нормы: занятие длится 40 минут, включает частую смену деятельности, физкультминутки, отдых.

6. Принцип интеграции искусств.

На занятиях ритмикой дети знакомятся с музыкой (слушание, движение под музыку), элементами танца, изобразительной деятельностью (образы животных, явлений природы), театрализацией (игры-драматизации).

7. Идея преемственности и перспективности.

Программа является второй ступенью в системе хореографического

образования. Она опирается на знания и умения, полученные на первом году обучения, и готовит детей к дальнейшему обучению по программе «Основы хореографического искусства» (1-й год обучения).

Таким образом, комплексное применение перечисленных концепций позволяет:

1. Создать благоприятную эмоциональную атмосферу на занятиях.
2. Развить музыкальность, координацию, чувство ритма на более высоком уровне.
3. Укрепить физическое здоровье детей.
4. Сформировать устойчивый интерес к музыке и движению.
5. Подготовить детей к дальнейшему обучению хореографии.

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ

1. Программа адаптирована для детей 5–6 лет с учётом их психофизиологических особенностей.
2. Занятия проводятся в игровой форме с частой сменой деятельности и постепенным усложнением заданий.
3. Включена партерная гимнастика для укрепления мышц и формирования правильной осанки (усложнённый комплекс).
4. Используются образные сравнения, сюжетные ситуации, музыкально-дидактические игры, игры-драматизации.
5. Программа является **пропедевтической** (подготовительной) для дальнейшего обучения хореографии и **преемственной** по отношению к первому году обучения.
6. Вводятся элементы **самостоятельной работы** и **творческой импровизации**.

НОВИЗНА ПРОГРАММЫ

Новизна программы заключается в **интеграции** музыкально-ритмической деятельности, партерной гимнастики и игровых технологий в единый курс для детей 5–6 лет с **постепенным усложнением** материала и **расширением** спектра творческих заданий. Программа учитывает современные требования к организации занятий с детьми старшего дошкольного возраста, включает здоровьесберегающие технологии и обеспечивает преемственность с последующими этапами обучения.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Дальнейшее всестороннее развитие ребёнка 5–6 лет через музыку и движение, совершенствование навыков музыкально-ритмической деятельности, развитие физических качеств, координации, внимания, памяти и творческих способностей, подготовка к обучению по программе «Основы хореографического искусства».

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Обучающие:

- Совершенствовать навыки движения под музыку (ходьба, бег, прыжки, притопы, галоп).
- Развивать чувство ритма через хлопки, притопы, простейшие ритмические рисунки, игру на музыкальных инструментах.

- Знакомить с новыми танцевальными движениями (пружинки, приседания, повороты, подскоки, элементы народного танца).
- Формировать навыки ориентировки в пространстве (круг, линия, колонна, диагональ, врассыпную).
- Знакомить с музыкальными жанрами (марш, танец, песня) и средствами музыкальной выразительности (темп, динамика, регистр).

Развивающие:

- Развивать музыкальный слух, внимание, память, мышление.
- Развивать координацию движений, крупную и мелкую моторику.
- Развивать физические качества через партерную гимнастику (гибкость, силу, выносливость, растяжку).
- Развивать творческое воображение, умение импровизировать, самостоятельность.

Воспитательные:

- Воспитывать интерес к музыке и движению, эмоциональную отзывчивость на музыку.
- Воспитывать умение работать в коллективе, слушать педагога, взаимодействовать с другими детьми.
- Воспитывать дисциплину, аккуратность, трудолюбие, ответственность.
- Воспитывать эстетический вкус.

Сроки реализации: 1 год.

Возраст детей: 5–6 лет.

Психолого-педагогические особенности: В возрасте 5–6 лет у детей активно формируется опорно-двигательный аппарат, развивается крупная и мелкая моторика. Внимание становится более устойчивым (дети способны удерживать внимание 10–15 минут), развивается произвольная память, наглядно-образное мышление дополняется элементами логического. Дети очень эмоциональны, любознательны, стремятся к самостоятельности, нуждаются в положительной оценке и признании. Ведущая деятельность — игровая, но появляется интерес к учебной деятельности. Занятия строятся в игровой форме с использованием образных сравнений, сюжетных ситуаций, но с постепенным усложнением заданий и повышением требований к качеству выполнения движений.

Формы занятий: групповые занятия в игровой форме с элементами учебной деятельности.

Режим и продолжительность занятий: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу (40 минут) с обязательным перерывом 10 минут. Общая недельная нагрузка — 2 академических часа, что соответствует санитарным нормам для детей 5–6 лет.

Согласно СанПиН 1.2.3685-21, продолжительность непрерывной образовательной деятельности для детей 5–6 лет не должна превышать 20–25 минут. В рамках занятия 40 минут предусмотрена частая смена деятельности и физкультминутки.

Возможна реализация программы в дистанционной форме обучения с использованием специализированных электронных платформ и сервисов в порядке, установленном Положением об использовании электронных сервисов и организации электронного взаимодействия в МАУДО «Центр детского творчества».

Информационные площадки

Для информационного сопровождения программы используются официальные электронные сервисы (информационные площадки). Их перечень и порядок применения установлены Положением об использовании электронных сервисов и организации электронного взаимодействия в МАУДО «Центр детского творчества».

https://vk.ru/ club184791557

Продолжительность академического часа в рамках реализации программы дифференцируется в зависимости от возрастных и психофизиологических особенностей обучающихся. Учебные занятия проводятся с соблюдением следующих временных нормативов:

для обучающихся 4–5 лет — 20 минут;

для обучающихся 6–7 лет — 25–30 минут;

для обучающихся 7–8 лет — 30–40 минут;

для обучающихся от 8 лет и старше — 40 минут.

В случае формирования групп со смешанным возрастным составом продолжительность учебного занятия устанавливается дифференцированно, исходя из количественного преобладания той или иной возрастной категории. За основу принимается норматив, соответствующий возрастной подгруппе, составляющей более 50% от общего числа детей в группе.

Количество детей в группе: 10–15 человек.

Набор детей: на второй год обучения зачисляются дети, успешно освоившие программу первого года обучения. Возможен дополнительный набор детей 5–6 лет при наличии медицинского допуска и по результатам собеседования (проверка музыкально-ритмических навыков).

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК НА УЧЕБНЫЙ ГОД

Обучение по программе начинается с **1 сентября** и заканчивается **31 мая**.

Продолжительность учебного года — **36 учебных недель**.

Каникулярные периоды:

- Осенние каникулы: с 26 октября по 3 ноября 2026 года.
- Зимние каникулы: с 31 декабря 2026 года по 10 января 2027 года.
- Весенние каникулы: с 27 марта по 4 апреля 2027 года.
- Дополнительные выходные и праздничные дни: 4 ноября, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 9 мая — занятия не проводятся.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ, ДЕТИ 5–6 ЛЕТ)

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ)

.	Наименование раздела	Вс	Те	пра	Формы

п/п	/ темы	его часов	ория	ктика	контроля
1.	Вводное занятие. Знакомство. Правила поведения. Техника безопасности.	2	1	1	Беседа, наблюдение
.	Музыкально-ритмические упражнения: ходьба, бег, прыжки, галоп под музыку.	10	1	9	Наблюдение, игровые задания
3.	Развитие чувства ритма: хлопки, притопы, ритмические рисунки, игра на инструментах.	10	1	9	Наблюдение, ритмические игры
4.	Танцевальные движения: пружинки, приседания, повороты, подскоки, элементы народного танца.	12	1	11	Наблюдение, показ
5.	Ориентировка в пространстве: круг, линия, колонна, диагональ, врассыпную.	8	1	7	Наблюдение, игровые задания
6.	Партерная гимнастика: укрепление мышц спины, пресса, стопы, растяжка.	14	1	13	Наблюдение, индивидуальная проверка
7.	Музыкально-дидактические и подвижные игры, игры-драматизации.	10	1	9	Игровые задания
8.	Итоговое занятие (открытый урок для родителей).	2	0	2	Открытый урок
итого		72	7	65	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА (ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ, ДЕТИ 5–6 ЛЕТ)

Тема 1. Вводное занятие. Повторение правил. Техника безопасности (2 часа)

Теория (1 час):

- Знакомство с детьми (для вновь прибывших).
- Повторение правил поведения в танцевальном классе: слушать педагога, не кричать, не толкаться, соблюдать дистанцию.
- Повторение техники безопасности: не бегать по залу без задания, не трогать станки без разрешения, аккуратно выполнять упражнения на полу.

- Беседа «Что мы знаем о музыке?» — повторение понятий «весёлая — грустная», «быстрая — медленная», «громкая — тихая» музыка.
- Знакомство с музыкальными жанрами: марш, танец, песня (прослушивание примеров).

Практика (1 час):

- Игровое упражнение «Давайте познакомимся» (дети называют свои имена, хлопают в ладоши, выполняют поклон).
- Слушание музыки: марш, танец, песня (определение жанра).
- Простейшие движения под музыку: ходьба стайкой, хлопки в ладоши, притопы.
- Игра «Тише — громче» (дети ходят на носочках под тихую музыку, топают под громкую).
- Диагностика сохранности навыков первого года обучения (наблюдение за выполнением простейших движений).

Формы контроля: Беседа, наблюдение, диагностика.

Тема 2. Музыкально-ритмические упражнения: ходьба, бег, прыжки, галоп под музыку (10 часов)

Теория (1 час):

- Понятие «ходьба», «бег», «прыжки», «галоп». Как двигаться под музыку?
- Музыка быстрая — бегаем, музыка спокойная — ходим, музыка отрывистая — прыгаем.
- Понятие «галоп» — прямой галоп (прыжки с продвижением вперёд).

Практика (9 часов):

Занятие 1–2. Ходьба под музыку.

- Ходьба стайкой, по кругу, в колонне.
- Ходьба на носочках («как лисички»), на пяточках («как медвежата»), с высоким подниманием колен («как цапля»).
- Ходьба с изменением направления по сигналу педагога.
- Ходьба с остановками («стоп — идём»).
- Ходьба в сочетании с хлопками и притопами.

Занятие 3–4. Бег под музыку.

- Лёгкий бег на носочках («как бабочки»).
- Бег стайкой, по кругу, в колонне.
- Бег с остановками, с изменением направления.
- Бег с высоким подниманием колен («как лошадки»).
- Чередование ходьбы и бега под контрастную музыку.

Занятие 5–6. Прыжки под музыку.

- Прыжки на двух ногах на месте («как зайчики»).
- Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.
- Прыжки с чередованием с ходьбой.
- Прыжки через воображаемые препятствия.
- Игра «Зайчики и лисичка» (зайчики прыгают, лисичка спит, по сигналу — убегают).

Занятие 7–8. Галоп под музыку.

- Прямой галоп (прыжки с продвижением вперёд).
- Галоп в парах (дети двигаются парами).
- Галоп по кругу.
- Чередование галопа с ходьбой и бегом.
- Игра «Лошадки» (дети двигаются галопом под музыку).

Занятие 9–10. Закрепление и повторение.

- Чередование всех видов движения под музыку (ходьба, бег, прыжки, галоп).
- Музыкально-подвижная игра «Воробушки и автомобиль».
- Физкультминутки с музыкальным сопровождением.
- Передача в движении характера музыки (весёлая, грустная, спокойная, торжественная).

Формы контроля: Наблюдение за качеством выполнения движений, игровые задания, активность детей.

Тема 3. Развитие чувства ритма: хлопки, притопы, ритмические рисунки, игра на инструментах (10 часов)

Теория (1 час):

- Что такое ритм? Как можно «прохлопать» музыку?
- Понятия «громко — тихо», «быстро — медленно», «сильная — слабая доля».
- Знакомство с музыкальными инструментами: бубен, ложки, барабан, маракасы, треугольник.

Практика (9 часов):

Занятие 1–2. Хлопки в ладоши под музыку.

- Громкие и тихие хлопки.
- Быстрые и медленные хлопки.
- Хлопки с акцентом на сильную долю.
- Игра «Эхо»: педагог хлопает простой ритм, дети повторяют.
- Ритмические рисунки: «раз-два», «раз-два-три», «раз-и-два».

Занятие 3–4. Притопы ногами под музыку.

- Притопы двумя ногами, поочерёдные.
- Притопы с продвижением вперёд.
- Притопы в сочетании с хлопками.
- Игра «Повтори ритм»: педагог топает — дети повторяют.
- Ритмические комбинации: хлопок — притоп — хлопок — притоп.

Занятие 5–6. Игра на музыкальных инструментах.

- Знакомство с бубном: удары, встряхивание.
- Знакомство с ложками: ритмические удары.
- Знакомство с барабаном: удары палочками.
- Знакомство с маракасами: встряхивание.
- Игра «Оркестр»: дети играют на инструментах под музыку.
- Ритмические рисунки на инструментах.

Занятие 7–8. Ритмические игры.

- «Музыкальные загадки»: педагог играет ритм, дети угадывают жанр (марш, полька, колыбельная).
- «Ритмическое лото»: педагог показывает карточку с ритмическим рисунком, дети прохлопывают.
- «Ритмический баттл»: две команды по очереди хлопают ритмы.
- Сочетание хлопков, притопов и игры на инструментах.

Занятие 9–10. Закрепление и повторение.

- Повторение всех ритмических упражнений.
- Ритмическая игра «Карусель»: дети движутся по кругу с хлопками и притопами.
- Итоговое ритмическое упражнение: «Мы — музыканты» (дети играют на инструментах под музыку).

Формы контроля: Наблюдение, ритмические игры, точность воспроизведения ритма.

Тема 4. Танцевальные движения: пружинки, приседания, повороты, подскоки, элементы народного танца (12 часов)

Теория (1 час):

- Понятия «пружинка», «приседание», «поворот», «подскок».
- Знакомство с элементами народного танца: простой шаг, притоп, «ёлочка», «гармошка».
- Как красиво двигаться под музыку?

Практика (11 часов):

Занятие 1–2. «Пружинки» и приседания.

- Мягкие полуприседания под музыку («пружинки»).
- Глубокие приседания с прямой спиной («грибочки»).
- Приседания с разведением коленей.
- Приседания с подъёмом рук вверх.
- Игра «Большие — маленькие»: под музыку дети то приседают, то встают.

Занятие 3–4. Повороты.

- Повороты вокруг себя на месте («как юла»).
- Повороты вправо-влево с хлопками.
- Повороты с приседанием.
- Повороты в парах (держась за руки).
- Игра «Карусель»: дети кружатся под музыку, по сигналу — останавливаются.

Занятие 5–6. Подскоки.

- Подскоки на месте («как мячики»).
- Подскоки с продвижением вперёд.
- Подскоки в сочетании с хлопками.
- Подскоки в парах.
- Игра «Лошадки»: дети двигаются подскоками под музыку.

Занятие 7–8. Элементы народного танца.

- Простой шаг с носка.
- Притопы (один, два, три).

- «Ёлочка» (шаг в сторону с разворотом стопы).
- «Гармошка» (приставные шаги с подъёмом на полупальцы).
- Простейшие дроби (два притопа, три притопа).
- Игровые задания: «Покажи, как танцует мишка, зайка, лисичка».

Занятие 9–10. Танцевальные комбинации.

- Ходьба + пружинка + хлопки.
- Приседание + поворот + притоп.
- Подскок + хлопок + притоп.
- Комбинация «Топ-топ-хлоп» (два притопа — два хлопка).
- Разучивание танцевального этюда «Осенние листочки».

Занятие 11–12. Танцевальные этюды и закрепление.

- «Танец снежинок» (плавные движения, кружение, приседания).
- «Танец зайчиков» (прыжки, притопы, повороты).
- «Танец мишек» (тяжёлая ходьба, приседания, покачивания).
- Импровизация под музыку: «Придумай свой танец».
- Подготовка к итоговому занятию: сборка танцевального этюда.

Формы контроля: Наблюдение, показ, качество выполнения движений.

Тема 5. Ориентировка в пространстве: круг, линия, колонна, диагональ, врассыпную (8 часов)

Теория (1 час):

- Что такое круг, линия, колонна, диагональ, врассыпную?
- Игровые ситуации: «Солнышко» (круг), «Паровозик» (колонна), «Ниточка» (линия), «Лучик» (диагональ), «Горошинки» (врассыпную).
- Как построиться в круг, колонну, линию?

Практика (7 часов):

Занятие 1–2. Построение в круг и движение по кругу.

- Построение в круг (взяться за руки).
- Ходьба по кругу, бег по кругу, прыжки по кругу.
- Сужение и расширение круга («улитка»).
- Игра «Солнышко и лучики».

Занятие 3–4. Построение в колонну и линию.

- Построение в колонну друг за другом («паровозик»).
- Движение по залу в колонне.
- Построение в линию лицом к педагогу.
- Ходьба вперёд-назад в линии.
- Игра «Паровозик едет», «Ниточка с иголочкой».

Занятие 5–6. Диагональ и врассыпную.

- Построение в диагональ (по указанию педагога).
- Движение по диагонали (ходьба, бег, галоп).
- Построение врассыпную (дети стоят свободно по залу).
- Движение врассыпную с остановками по сигналу.
- Игра «Горошинки» (дети разбегаются врассыпную, по сигналу — собираются в круг).

Занятие 7–8. Перестроения и закрепление.

- Перестроение из круга в колонну, из колонны в круг.
- Перестроение из линии в круг, из круга в диагональ.
- Игра «Карусель»: дети движутся по кругу, затем перестраиваются в колонну и обратно.
- Игра «Путешествие»: дети двигаются по залу, меняя построения по сигналу педагога.

Формы контроля: Наблюдение, игровые задания, умение ориентироваться в пространстве.

Тема 6. Партерная гимнастика: укрепление мышц спины, пресса, стопы, растяжка (14 часов)

Теория (1 час):

- Что такое партерная гимнастика? Зачем нужно заниматься на полу?
- Правила безопасности при выполнении упражнений на полу.
- Значение правильной осанки и гибкости для здоровья.

Практика (13 часов):

Занятие 1–2. Упражнения для стопы (сидя на полу).

- «Пальчики здороваются» (поочерёдное сгибание и разгибание пальцев ног).
- «Носочки — пяточки» (вытягивание и сокращение стопы).
- «Качели» (перекаты с пятки на носок).
- «Кружочки» (круговые движения стопой).
- «Ёжики» (сжимание и разжимание пальцев ног).

Занятие 3–4. Упражнения для спины (лёжа на животе).

- «Кошечка» (прогиб спины стоя на четвереньках).
- «Корзиночка» (лёжа на животе, захват стоп руками).
- «Лодочка» (лёжа на животе, подъём рук и ног).
- «Рыбка» (лёжа на животе, подъём головы и рук, покачивание).
- «Плавание» (имитация плавания руками и ногами).

Занятие 5–6. Упражнения для пресса (лёжа на спине).

- «Велосипед» (лёжа на спине, имитация езды на велосипеде).
- «Ножницы» (скрестные движения ногами).
- «Подъём ног» (поочерёдный подъём ног на 45–60°).
- «Кошечка потягивается» (лёжа на спине, подтягивание коленей к груди).
- «Мостик» (с поддержкой педагога).

Занятие 7–8. Упражнения на растяжку.

- «Складочка» (сидя, наклон к ногам, руки тянутся к стопам).
- «Бабочка» (сидя, соединение стоп, разведение коленей).
- «Шпагатик» (полушпагат с поддержкой педагога).
- «Струночка» (сидя, вытяжение позвоночника вверх).
- «Колечко» (лёжа на животе, захват стоп руками, прогиб).

Занятие 9–10. Дыхательные упражнения и расслабление.

- «Шарик» (вдох — руки вверх, выдох — руки вниз).
- «Пёрышко» (дуем на воображаемое пёрышко).

- «Облачко» (лёжа на спине, полное расслабление под спокойную музыку).
- «Волна» (плавные движения руками вверх-вниз с дыханием).

Занятие 11–12. Комплексы партерной гимнастики.

- Соединение упражнений для стопы, спины, пресса в комплекс.
- Выполнение комплекса под музыку.
- Игровые задания: «Мы — маленькие котята» (все упражнения в образе котят).
- Упражнения на формирование правильной осанки («Струночка», «Королевская спинка»).

Занятие 13–14. Закрепление и повторение.

- Повторение всех упражнений партерной гимнастики.
- Показ лучших упражнений для итогового занятия.
- Дыхательные упражнения и релаксация.
- Диагностика гибкости и силы (наблюдение за выполнением упражнений).

Формы контроля: Наблюдение, индивидуальная проверка, качество выполнения упражнений.

Тема 7. Музыкально-дидактические и подвижные игры, игры-драматизации (10 часов)

Теория (1 час):

- Что такое игра? Какие бывают игры?
- Правила игры: играем дружно, не толкаемся, слушаем педагога, соблюдаем правила.
- Знакомство с играми-драматизациями (обыгрывание сюжетов, сказок).

Практика (9 часов):

Занятие 1–2. Музыкально-дидактические игры.

- «Громко — тихо» (различение динамики).
- «Быстро — медленно» (различение темпа).
- «Весёло — грустно» (различение характера музыки).
- «Угадай, что звучит» (различение музыкальных инструментов).
- «Музыкальные загадки» (угадывание жанра: марш, танец, песня).

Занятие 3–4. Подвижные игры с музыкой.

- «Солнышко и дождик» (дети гуляют под музыку, прячутся под зонтик при смене музыки).
- «Птички и кошка» (птички летают, кошка ловит).
- «Медведь и зайцы» (зайцы прыгают, медведь спит).
- «Карусель» (движение по кругу с ускорением и замедлением).
- «Лошадки» (движение галопом под музыку).

Занятие 5–6. Игры-имитации.

- «Покажи, как ходит медведь, лиса, заяц, птичка».
- «Покажи, как танцует бабочка, цветок, дерево».
- «Изобрази животное» (дети выбирают животное и показывают его движения под музыку).

- «Музыкальные картинки» (под музыку дети изображают явления природы: дождь, снег, ветер).

Занятие 7–8. Игры-драматизации.

- Обыгрывание сказки «Теремок» (дети изображают персонажей под музыку).
- Обыгрывание сказки «Колобок» (движения персонажей под музыку).
- Обыгрывание сказки «Репка» (движения персонажей под музыку).
- Творческие задания: «Придумай свой танец», «Волшебный лес».

Занятие 9–10. Закрепление и повторение.

- Повторение любимых игр.
- Итоговая музыкально-подвижная игра «Путешествие в сказку».
- Подготовка к итоговому занятию.
- Диагностика игровых навыков и творческих способностей.

Формы контроля: Игровые задания, наблюдение, активность и эмоциональный отклик детей.

Тема 8. Итоговое занятие (открытый урок для родителей) (2 часа)

Теория (0 часов) — практика полностью.

Практика (2 часа):

- **Открытый урок для родителей в игровой форме.**
- **Структура итогового занятия:**

1. **Приветствие. Поклон.** Дети входят в зал, встают в круг, выполняют поклон.
2. **Музыкально-ритмические упражнения:**
   - Ходьба под марш (стайкой, по кругу, в колонне).
   - Бег на носочках («бабочки»).
   - Прыжки («зайчики»).
   - Галоп («лошадки»).
3. **Ритмические упражнения:**
   - Хлопки громкие и тихие.
   - Притопы поочерёдные.
   - Ритмическая игра «Эхо».
   - Игра на музыкальных инструментах (бубен, ложки).
4. **Танцевальные движения:**
   - «Пружинки».
   - Приседания («грибочки»).
   - Повороты («юла»).
   - Подскоки («мячики»).
   - Элементы народного танца («ёлочка», «гармошка»).
   - Танцевальная комбинация «Топ-топ-хлоп».
5. **Ориентировка в пространстве:**
   - Построение в круг.
   - Перестроение в колонну («паровозик»).
   - Построение в диагональ.

- Игра «Солнышко и лучики».

6. **Партерная гимнастика:**

- Показ 4–5 упражнений («Носочки — пяточки», «Кошечка», «Велосипед», «Бабочка», «Складочка»).

7. **Музыкально-подвижная игра:**

- «Солнышко и дождик» или «Карусель».

8. **Танцевальный этюд:**

- «Танец осенних листочков» или «Танец снежинок».

9. **Поклон. Вручение поощрений.**

- Педагог благодарит детей и родителей, вручает наклейки, грамоты, благодарственные письма.

Формы контроля: Открытый урок для родителей, оценка активности и качества выполнения движений.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По окончании второго года обучения дети будут:

Знать:

- Правила поведения в танцевальном классе.
- Понятия «громко — тихо», «быстро — медленно», «весёлая — грустная музыка».
- Музыкальные жанры: марш, танец, песня.
- Простейшие танцевальные движения (пружинка, притоп, хлопок, подскок, галоп).
- Элементы народного танца («ёлочка», «гармошка»).
- Что такое круг, линия, колонна, диагональ, врассыпную.

Уметь:

- Двигаться под музыку: ходить, бегать, прыгать, выполнять галоп.
- Выполнять простейшие ритмические движения: хлопки, притопы, играть на музыкальных инструментах.
- Выполнять танцевальные движения: пружинки, приседания, повороты, подскоки, элементы народного танца.
- Ориентироваться в пространстве: строиться в круг, колонну, линию, диагональ, врассыпную.
- Выполнять упражнения партерной гимнастики.
- Играть в музыкально-подвижные игры и игры-драматизации.
- Эмоционально откликаться на музыку.
- Импровизировать под музыку.

Владеть:

- Навыками движения под музыку.
- Навыками работы в коллективе.
- Навыками выполнения упражнений на полу.
- Навыками игры на музыкальных инструментах.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Вид аттестации	Сроки	Форма проведения	Что оценивается
Входная	Сентябрь	Педагогическое наблюдение	Уровень развития координации, музыкальности, внимания
Текущая	В течение года	Наблюдение на каждом занятии	Качество выполнения движений, активность, эмоциональный отклик
Промежуточная	Декабрь	Открытое занятие для родителей	Освоение материала первого полугодия
Итоговая	Май	Итоговое открытое занятие	Комплексная оценка: движение под музыку, ритм, танцевальные движения, партерная гимнастика

Уровни оценки:

- **Высокий** — ребёнок активен, эмоционален, правильно выполняет движения, внимателен, проявляет творческую инициативу.
- **Средний** — ребёнок выполняет движения с небольшой помощью педагога, активен.
- **Низкий** — ребёнок пассивен, требуется постоянная помощь и поддержка
-

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ ОБЪЕДИНЕНИЯ НА УЧЕБНЫЙ ГОД

Цель, задачи и результат воспитательной работы.

Цель воспитательной работы — воспитание и развитие социально-активной, образованной, нравственно и физически здоровой личности в изменяющихся условиях общественной жизни.

Задачи:

- Выявление и развитие творческого потенциала и природных задатков каждого ребенка.
- Воспитание трудолюбия, аккуратности, усидчивости, толерантности, умения довести начатое дело до конца, взаимопомощи при выполнении работы, привитие основ культуры труда.
- Формирование полноценной психически и физически здоровой личности с устойчивым нравственным поведением, способной к самореализации и самоопределению в социуме.

Результат воспитания: Изменение развития личностной, социальной, трудовой (профессиональной) и здоровьесберегающей культуры обучающихся, общей психологической атмосферы и нравственного уклада жизни, детско-родительских отношений.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

п/п	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения
.	Участие в проведении Дня открытых дверей	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности объединения	4 неделя августа
.	Родительское собрание	обсуждение совместных мероприятий, согласование графика работы, формирование состава родительского комитета	1 неделя сентября
.	анкетирование родителей (анкеты изучения семей учащихся, выявление пожеланий в организации совместных дел). - анкетирование учащихся (взаимоотношение в семье, эмоциональный комфорт).	Диагностика семей обучающихся с целью выбора оптимальных форм взаимодействия	1 неделя сентября
	«Будем знакомы»	знакомство друг с другом, кабинетом	1 неделя сентября
	Общее собрание объединения (содержание и порядок работы объединения)	выбор актива, разработка плана мероприятий, выбор старост групп, определение функций дежурного	1 неделя сентября

2	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в МАУДО «ЦДТ»	Знакомство с техникой безопасности и правилами поведения МАУДО «ЦДТ»	2 неделя сентября
3	Беседа на тему «День солидарности в борьбе с терроризмом»	Борьба с терроризмом	2 неделя сентября
4	Международный день мира *(21.09)* беседа «Пусть на планете будет мир!»	Развитие чувства патриотизма и любви к Родине	3 неделя сентября
5	Международный день пожилых людей – конкурс рисунков «Моя бабушка», «Мой дедушка» 1 октября	Воспитание у обучающихся чувства уважения, внимания, чуткости к пожилым людям	1 неделя октября
6	Беседа «Профессия-учитель»	расширять знания детей о профессии учителя, воспитывать уважение	1 неделя октября
7	Инструктаж «Как вести себя во время осенних каникул, на водоемах, дорогах, улицах». ПДД, ППБ. Инструктаж «По действиям при получении сообщения о возможном теракте»	Знакомство с правилами поведения на воде, на дорогах. Алгоритм действий при возможном теракте	4 неделя октября
8	День народного единства 4 ноября «Когда мы едины, мы непобедимы»	Совершенствование духовной и нравственной культуры	1 неделя ноября
9	Участие в мероприятии, посвящённому Дню матери.	Воспитание любви к матери, родной семье, близким людям	4 неделя ноября
10	День Конституции РФ – 12.12 – беседа «Наши права и обязанности»	формирование гражданской позиции	2 неделя декабря
11	Родительское собрание «Итоги первого полугодия»	Демонстрация достижений обучающихся в первом полугодии	3 неделя декабря
12	Новогодний концерт	Воспитание содружества между объединениями	4 неделя

			декабря
	Инструктажи по технике безопасности во время новогодних представлений и возле елки	Знакомство с правилами поведения во время новогодних представлений	4 неделя декабря
	Инструктаж «Как вести себя во время зимних каникул», на льду, дорогах, улицах, первая помощь при обморожении». ПДД, ППБ	Знакомство с правилами поведения на воде, на дорогах, при обморожении	4 неделя декабря
	Каникулярные мероприятия	Развитие творческих способностей.	1 неделя января
	Инструктаж «Как вести себя во время лыжной прогулки и первая помощь при обморожении»	Знакомство с правилами поведения на лыжной прогулке, при обморожении	4 неделя января
	Беседа «Предотвращение опасных ситуаций»	Проверка знаний ПДД	1 неделя февраля
	Посещение музея Северо-Западного фронта ко дню освобождения г.СтараяРусса от немецко-фашистских захватчиков.	Посещение музея	2 неделя февраля
	Международный день родного языка *(21.02),* беседа «Мы живем в России»	Воспитание культуры родного языка	3 неделя февраля
	Изготовление поздравительных открыток и стенгазет к праздникам (День учителя, День пожилых людей, День матери, Новый год, День защитника Отечества, 8 марта, 9 мая и др.)	Активизация творческого потенциала детей,укрепление детско-родительских отношений	в течение года
	Викторина «Самый, самый….», в честь Дня защитника Отечества	формирование навыков культурного отдыха	3 неделя февраля

	Беседа на тему «Скажи нет вредным привычкам!»	профилактика здорового образа жизни	4 неделя февраля
	Инструктаж «Как вести себя во время весенних каникул, на льду водоемов. ПДД, ППБ»	Знакомство с правилами поведения у водоемов	3 неделя марта
	Беседа с просмотром видео «Мой край родной»	Прививаем любовь к родному краю	4 неделя марта
	Беседа: «Как отмечают 1 апреля в других странах…» День Смеха	шутки, игры, розыгрыши	1 неделя апреля
	Конкурс рисунков и макетов к Всемирному дню авиации и космонавтики 12. 04.	расширение кругозора о космических полетах.	2 неделя апреля
	Подготовка к отчетному концерту	демонстрация успехов и достижений, приобретенных на занятиях в объединении	4 неделя апреля
	Организация и проведение бесед и уроков мужества к годовщине Победы в ВОВ.	Воспитание патриотизма, уважения к ветеранам ВОВ	1 неделя мая
	Мониторинг удовлетворенности деятельностью педагога объединения.	Диагностика удовлетворенности работой объединения.	2 неделя мая
	Итоговый отчетный концерт. Награждение родителей и воспитанников грамотами, благодарственными письмами.	Создание положительного эмоционального настроя детей и родителей	3 неделя мая
	Инструктаж «Как вести себя во время летних каникул, водоемов на пляжах, в поездках. ПДД, ППБ»	Знакомство с правилами поведения у водоемов	4 неделя мая

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Структура занятия (40 минут):

1. **Организационный момент (3–5 мин):** Построение, приветствие, поклон, объявление темы.

2. **Разминка (5–7 мин):** Ходьба, бег, прыжки, галоп под музыку, упражнения на разогрев.

3. **Основная часть (20–25 мин):** Изучение нового материала (ритмические упражнения, танцевальные движения, партерная гимнастика).

4. **Игровая часть (5–7 мин):** Музыкально-подвижные игры, творческие задания, игры-драматизации.

5. **Заключительная часть (3–5 мин):** Дыхательные упражнения, расслабление, поклон, подведение итогов.

Методы обучения:

- **Наглядный** (показ педагогом, демонстрация движений).
- **Словесный** (объяснение, образные сравнения, беседа).
- **Практический** (многократное повторение, игровые упражнения).
- **Игровой** (ведущий метод для детей 5–6 лет).
- **Метод импровизации** (творческие задания, свободные движения под музыку).
- **Метод самостоятельной работы** (выполнение заданий без помощи педагога).

Материально-техническое обеспечение:

- Хореографический зал (зеркала, коврики).
- Музыкальный центр, аудиозаписи (марши, польки, колыбельные, народные мелодии).
- Музыкальные инструменты (бубен, ложки, барабан, маракасы, треугольник).
- Атрибуты (платочки, ленточки, зонтик, игрушки).
- Наглядные пособия (карточки с ритмическими рисунками, изображения животных).

Дидактическое обеспечение:

- Картотека музыкально-подвижных игр.
- Картотека партерной гимнастики.
- Картотека игр-драматизаций.
- Аудиотека и видеотека.

Кадровое обеспечение:

- Педагог дополнительного образования с высшим или средним профессиональным образованием в области хореографии или педагогики.
- Возможно привлечение концертмейстера.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. — Л.: Искусство, 1983.

2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. — СПб., 2000.

3. Ветлугина Н.А. Музыкальное воспитание в детском саду. — М.: Просвещение, 1981.

4. Конорова Е.В. Хореографическая работа с детьми. — М.: Учпедгиз, 1960.

5. Раевская Е.П., Руднева С.Д. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. — М.: Просвещение, 1969.
6. Ткаченко Т.С. Народные танцы. — М.: Искусство, 1975.

Для детей и родителей:

1. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. — М.: Просвещение, 1985.
2. Энциклопедия для детей. Искусство. — М.: Аванта+, 2000.